

Сельскохозяйственные науки

КУЛЬТУРА FAGOPYRUM ESCULENTUM MOENCH. НА АЛТАЕ

Важов В.М., Важов С.В., Бахтин Р.Ф.

Алтайская государственная академия образования им. В.М. Шукшина, Бийск, e-mail: vazhov49@mail.ru

Гречиха посевная (*Fagopyrum esculentum* Moench.) является ведущей крупяной культурой на Алтае, широко востребована на рынке. В общероссийских посевах доля Алтайского края является самой большой и составляет 46%. Широкому распространению гречихи в регионе способствуют сравнительно хорошие почвенно-климатические условия, а также высокие продовольственные, диетические и медицинские качества [1].

Алтайский край входит в число крупнейших производителей продовольствия в стране, а по производству крупы занимает одно из первых мест. За пределы региона и за рубеж ежегодно вывозится около 80% крупы [2].

Болезни цивилизации – ожирение, гипертония, диабет, рак и др. стали той причиной, по которой рекомендуется использовать в рационе различные продукты из гречихи. Её белки способствуют снижению уровня холестерина и по питательной ценности приближаются к белку

куриного яйца. В состав зерна гречихи входят витамины группы В, витамин Е, а также необходимые человеку макро- и микроэлементы. Рутин, выделенный из растений гречихи, применяется при лечении многих сердечно-сосудистых заболеваний, связанных с увеличением проницаемости кровеносных капилляров, снижает усталость и вредное воздействие радиации.

Согласно информации СМИ, ссылающихся на Главное управление сельского хозяйства Алтайского края, в 2014 г. сельхозпроизводители по состоянию на 2-ю декаду ноября намолотили 744,6 тыс. т зерна гречихи. Такой намолот достаточен для полного обеспечения крупной населенной России, так как с учетом медицинских норм потребления гречневой крупы – 3,5 кг в год/чел. потребность в ней составляет 550 тыс. т. Кроме того, имеется задел на семенные цели и экспорт. Тем не менее, в регионе не исчерпаны резервы наращивания производства гречневого зерна за счет совершенствования сортовой агротехники и роста урожайности в лесостепи и предгорьях.

Список литературы

1. Важов В.М. Гречиха на полях Алтая: монография / В.М. Важов. – М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2013. – 188 с.
2. Алтай аграрный: развитие и перспективы: справочное издание / Под ред. М.П. Щетинина. – Барнаул, 2010. – 204 с.

Социологические науки

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ – СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

Михайлова С.В.

Арзамас, e-mail: fatinia_m@mail.ru

Ухудшение здоровья студентов за период обучения в вузе в значительной степени обусловлено неблагоприятным воздействием социально-гигиенических факторов среды и наследственно-генетической предрасположенностью. Поступление в высшее учебное заведение у большинства студентов влечет за собой изменение привычных жизненных стереотипов, смену места проживания, изменение условий для самостоятельной работы, режима и качества питания: значительная часть студентов проживает в общежитии. Студенты сталкиваются с непривычными методами и формами обучения, новыми эмоциональными переживаниями, сильным социально-экономическим прессингом на все стороны студенческой жизни и труда. Сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи в условиях экономической неустойчивости имеет большое социальное-медицинское и общественное значение.

Среди студентов 2 курса (117 человек) Арзамасского филиала ННГУ во время посещения Центра Здоровья (осенний семестр 2014 г.) было проведено анкетирование, направленное на выяснение вопросов оптимизации здорового образа жизни. Каждому из них нужно было ответить на 15 вопросов анкеты «Формирование

здорового образа жизни студента». Полученные результаты анкет свидетельствуют об обусловленности здорового образа жизни социально-экономическими условиями (нерационально составленное расписание занятий, нарушающее организацию режима дня; отсутствие доступных пунктов питания с качественными продуктами; низкий уровень стипендий в соответствии с современными экономическими преобразованиями; недоступность спортивных сооружений для занятий физкультурой в свободное время).

Таким образом, для сохранения и укрепления здоровья студентов в современных условиях особое значение должно уделяться предупредительным мерам, к которым следует отнести социальные и гигиенические мероприятия. Среди последних особо следует выделить физическую культуру, учитывая отрицательное воздействие психоэмоционального напряжения на здоровье студентов. В целях повышения конкурентоспособности университета и создания надлежащих условий для занятий спортом и укрепления здоровья студентов университета необходимо существенное развитие спортивной инфраструктуры.

Для сохранения и укрепления здоровья студентов со стороны вуза требуется разработка и внедрение программы, направленной не только на формирование среди студентов мотивации к ЗОЖ (большинству она присуща), но и создание необходимых условий для оптимальной жизнедеятельности.